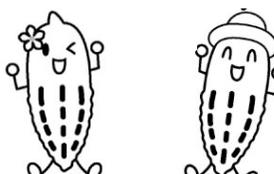
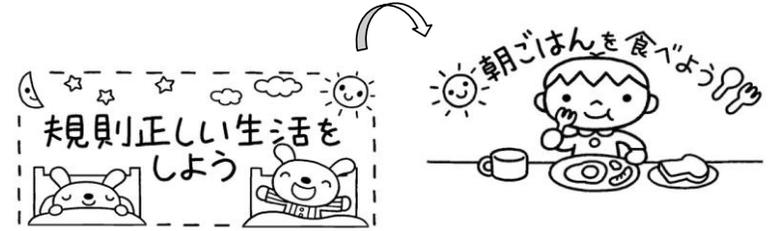


予 定 献 立 表

2023年8月分

あおば保育園

月	火	水	木	金	土
<p>厳しい暑が続いています。 夏バテ予防のため、睡眠を しっかりとって、朝食は必ず 食べてから登園しましょう。</p>	<p>1 麦ご飯 みそ汁(スブイ) 鯖のカレー焼 野菜炒め(キャベツ、ピーマン) オレンジ</p> <p><small>【赤】さば、豚かた肉、しらす、油揚げ 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、ごま 【緑】スブイ、ワカメ、ネギ、キャベツ、にんじん、ピーマン、りよくと とうもろこし、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 いなり寿司</p>	<p>2 キッズビビンバ みどり調整豆乳 茹でコーン りんご</p> <p style="text-align: center; color: red;">弁当 箱持参</p> <p><small>【赤】豚肉、EM牛乳、豆乳 【黄】精白米、おし麦、ごま油、きび砂糖、ごま 【緑】にんにく、しょうが、たけのこ、水煮缶、しいたけ、にんじ ん、りよくととうもろこし、ほうれんそう、かぼちゃ、根深ねぎ、ス イートン、りんご</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ホットケーキ</p>	<p>3 麦ご飯 春雨スープ 鮭のちゃんちゃん焼き きゅうりともしの和え物 すいか</p> <p><small>【赤】豚赤肉、しらす 【黄】精白米、おし麦、はるさめ、油、きび砂糖 【緑】レタス、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しめじ、きゅう り、りよくととうもろこし、すいか、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 わかめおにぎり</p>	<p>4 麦ごはん かぼちゃと豆のシチュー 小松菜とコーンのゴマ和え ゼリー</p> <p><small>【赤】成鶏、むね、大豆、牛乳、クリーム、植物性脂肪、 チーズ 【黄】おし麦、精白米、油、薄力粉、バター、ごま、きび砂糖、 さつま芋 【緑】かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、ごま つな、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 スイートポテト チーズ10鉄分入り</p>	<p>5 中華丼 スープ チーズ</p> <p><small>【赤】豚肉、チーズ 【黄】精白米、おし麦 【緑】にんじん、しいたけ、たまねぎ、にんにく、ピーマン、はく さい</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
	<p>7 あわご飯 みそ汁(キャベツ、しめじ) 肉じゃが モズク酢(みかん) 味付小魚</p> <p><small>【赤】牛・かた肉、スライス、グリーンピース、ゆで、コマなしミニ フィッシュ、発酵乳、牛乳 【黄】精白米、あわ精白粒、油、じゃが芋、こんにやく、きび 砂糖、強力粉、黒砂糖 【緑】キャベツ、しめじ、ネギ、たまねぎ、にんじん、沖繩も ずく、きゅうり、みかん、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 黒糖カステラ</p>	<p>8 麦ご飯 みそ汁(小松菜、油揚げ) 魚フライタルタルソース キャベツの塩昆布和え オレンジ</p> <p><small>【赤】油揚げ、きはだまぐろ、豆乳、鶏卵、発酵乳、しらす 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ、米粉、 ごま油、きび砂糖 【緑】こまつな、ピクルス、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、塩 昆布、オレンジ、ネー、コーン</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト チヂミ</p>	<p>9 トマトスパゲティ みそ汁(冬瓜、からし菜) きゅうり竹輪 りんご</p> <p style="text-align: center; color: red;">~クッキング~ ピザトースト</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、竹輪、牛乳 【黄】スパゲティ麺、油、ごま油、食パン 【緑】トマト、ナス、たまねぎ、しめじ、とうがん、からし菜、きゅう り、りんご、にんじん、ピーマン</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ピザトースト</p>	<p>10 麦ご飯 すまし汁(オクラ、豆腐) 鯖の味噌煮(玉ねぎ) キャベツサラダ パン缶</p> <p><small>【赤】豆腐、さば、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖 【緑】オクラ、ワカメ、しょうが、たまねぎ、キャベツ、み かん</small></p> <p style="text-align: center;">アイスクリーム 豆乳ウエハース</p>	<p>11</p> <p style="text-align: center;">山の日 (振替休日)</p> <div style="text-align: center;">  </div>
<p>14 あわご飯 みそ汁(チンゲン菜、麩) 炒り豆腐 もーういの和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、鶏ひき肉、鶏卵 【黄】精白米、あわ精白粒、ふ、こんにやく、油、きび砂糖、 ごま 【緑】チンゲンサイ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、モウ イ、みかん、塩昆布、味付けのり、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 塩昆布おにぎり</p>	<p>15 麦ご飯 すまし汁(青菜、えのき) 魚の味噌照り焼き パイパイリチー オレンジ</p> <p><small>【赤】あごうだい、まぐろ、缶詰、発酵乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、薄力粉、ごま、油 【緑】こまつな、えのき、ショウガ、パイパイ、にんじん、ネー、オレ ンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト サーターアンダーギー</p>	<p>16</p> <p style="text-align: center; color: blue; font-weight: bold;">重箱料理</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 誕生会ケーキ</p>	<p>17 麦ご飯 みそ汁(山東菜、油揚げ) 豆腐ハンバーグ きんぴら風煮(いんげん) 味付小魚</p> <p><small>【赤】油揚げ、沖繩豆腐、ツナ缶、豆乳、豚肉、コマなしミニ フィッシュ、発酵乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、パン粉、食パン、きび砂糖、バター 【緑】さんとうさい、ネギ、ごぼう、にんじん、さやいんげん</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト きな粉ラスク</p>	<p>18 カレーライス(ベジタブル) みそ汁 土佐和え フルーツサラダ ゼリー</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、牛乳、ヨーグルト、豆乳、きな粉 【黄】精白米、おし麦、じゃが芋、油、くずでん粉、ゼリー 【緑】かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、にんにく、きゅう り、みかん、バナナ、干しぶどう</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 豆乳のくずもち</p>	<p>19 クファージュシー スープ チーズ</p> <p><small>【赤】豚肉、チーズ 【黄】精白米 【緑】にんじん、昆布、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>21 麦ご飯 みそ汁(厚揚げ、ねぎ) なすの挽き肉炒め きゅうりと竹輪の和え物 バナナ</p> <p><small>【赤】生揚げ、豚ひき肉、竹輪、発酵乳、ナチュラルチーズ、牛 乳、チーズ 【黄】精白米、おし麦、油、きび砂糖、薄力粉 【緑】ネギ、ナス、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅう り、バナナ、ほうれんそう</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト チーズ蒸しパン</p>	<p>22 麦ご飯 みそ汁(ハチマ、豆腐) 鯖の梅焼き 野菜炒め(キャベツ、たまねぎ) オレンジ</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、さば、豚肉、ツナ缶、たけちいわし 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、油、マヨネーズ 【緑】ハチマ、梅干し、キャベツ、たまねぎ、にんじん、オレ ンジ、味付けのり</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ツナマヨおにぎり 煮干し佃煮</p>	<p>23 タコライス みそ汁(麩、ワカメ) 煮豆 りんご</p> <p><small>【赤】牛・ひき肉、豚レバー、ピザチーズ、大豆、さば、缶 詰、EM牛乳 【黄】精白米、おし麦、油、焼きふ、きび砂糖、そうめん、油 【緑】にんにく、たまねぎ、にんじん、レタス、トマト、ワカメ、根 深ねぎ、真昆布、りんご、ネギ</small></p> <p style="text-align: center;">EM酪農牛乳 ソーメンタチャー</p>	<p>24 ふりかけご飯 みそ汁(冬瓜、ねぎ) 魚のマリネ さつま芋の甘煮 すいか</p> <p><small>【赤】キングクリップ、発酵乳、鶏卵 【黄】精白米、おし麦、薄力粉、油、きび砂糖、さつま芋、は ちみつ、バター、黒砂糖、ごま 【緑】とうがん、ネギ、たまねぎ、トマト、きゅうり、レモン、スイ カ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ゴマクッキー</p>	<p>25 麦ご飯 みどり調整豆乳 豚肉の生姜焼き 人参シリシリ(かつお節) ゼリー</p> <p style="text-align: center; color: red;">弁 当 箱 持 参</p> <p><small>【赤】豚肉、しらす、豆乳 【黄】精白米、押し麦、ゼリー 【緑】にんじん、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、しょうが</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 ゆかりおにぎり(しらす)</p>	<p>26 マーボ豆腐 スープ プルーン</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、豚レバー、豆腐 【黄】精白米、おし麦 【緑】にんじん、しいたけ、プルーン</small></p> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>
<p>28 納豆ごはん イナムドチ 野菜炒め(もやし、ひじき) バナナ</p> <p style="text-align: center; color: yellow; font-weight: bold;">ウ ン ケ ー</p> <p><small>【赤】納豆、豚かた肉、ワカメ、発酵乳 【黄】精白米、おし麦、こんにやく、油、食パン 【緑】大根、しいたけ、にんじん、キャベツ、りよくととうも ろこし、ひじき、いちご、ジャム、バナナ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ジャムパン(食パン)</p>	<p>29 もずく丼(しらす) なめこ汁(ネギ) ツナ和え(ゴーヤー、人参) オレンジ</p> <p><small>【赤】豚ひき肉、しらす、豆腐、ツナ缶、発酵乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、マヨネーズ、さつま芋 【緑】沖繩もずく、にんじん、にんにく、ピーマン、赤ピーマン、 コーン、なめこ、ネギ、カウリ、オレンジ</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト 芋ようかん</p>	<p>30</p> <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">全園児お弁当</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">麦茶 お菓子</p>	<p>31 麦ご飯 すまし汁(しめじ、えのき、水菜) マーボーへちま なます 味付小魚</p> <p><small>【赤】沖繩豆腐、豚ひき肉、豚レバー、コマなしミニフィッ シュ、発酵乳 【黄】精白米、おし麦、きび砂糖、ごま油、薄力粉、油 【緑】しめじ、えのき、きょうな、にんじん、しいたけ、たま ねぎ、にんにく、しょうが、ハチマ、ネー、大根</small></p> <p style="text-align: center;">飲むヨーグルト ちんすこう(手作り)</p>	<p style="text-align: center;">規則正しい生活を しよう</p> <div style="text-align: center;">  </div>	

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

◀アレルギー食品表示を規定されている食品▶

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生